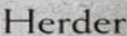
VIKTOR FRANKL

¿Neurotización de la humanidad o rehumanización de la psicoterapia?







Viktor Frankl

¿Neurotización de la humanidad o rehumanización de la psicoterapia?

Traducción de
Cristina Visiers Würth

Herder

Título original: Neurotisierung der Menschheit – oder Rehumanisierung der Psychotherapie?
Traducción: Cristina Visiers Würth
Diseño de la cubierta: Gabriel Nunes
Edición digital: José Toribio Barba

ISBN digital: 978-84-254-4110-3
1.ª edición digital, 2018

Herder
www.herdereditorial.com

Índice

¿Neurotización de la humanidad o rehumanización de la psicoterapia?*

El año pasado, los estudiantes de una universidad estadounidense me invitaron a impartir una conferencia sobre el tema: «Is the new generation mad?».[1] Me resistí con todas mis fuerzas a aceptar esta formulación para el título, pero fue en vano. Así que emprendí el camino hacia la Universidad Estatal de Georgia, en Athens, durante el cual me sorprendió una fuerte tormenta. Cancelaron mi vuelo de conexión, por lo que acabé tomando un taxi. Durante el viaje, de varias horas de duración, tuve una conversación con el conductor, un bondadoso anciano negro, charla que debo contarles sin falta.

El taxista me preguntó:

—¿Qué le trae con este tiempo precisamente a Athens?

—Tengo que dar una conferencia.

—¿Y sobre qué?

Le enuncié el tema: «Is the new generation mad?». Rompió a reír. Le dije:

—¿Por qué se ríe? ¿Querría encargarse de hablar del tema mientras yo conduzco su coche?

—*Oh, I couldn't do that*[2] —me contestó.

—¿Por qué no? Usted conoce a las jóvenes generaciones de su país mejor que yo —repliqué.

Él se mantuvo en su «I couldn't do that», hasta que me puse serio y le pregunté:

—Dígame honestamente: «Is the new generation mad?».

A lo que contestó, literalmente:

—*Of course, they are. They kill themselves. They kill each other and they dope.*[3]

Ante ustedes tienen, señoras y señores, la tríada de estos fenómenos de neurosis colectivas: *depression, aggression and addiction*. Empecé la conferencia a los estudiantes con las palabras de mi taxista. En California, sobre todo en el sur de California, ha habido un aumento de la tasa de suicidio entre los jóvenes académicos, además de un incremento de la drogadicción y de la criminalidad.

Aquí tenemos uno de los aspectos de la patología de nuestro tiempo, si me permiten llamarlo así. Como médicos debemos dar un paso más allá o, mejor, dar un paso atrás para preguntarnos por la etiología, la causa de la enfermedad. Por aquello que está en la base del problema. ¿Por qué, por ejemplo, tenemos este incremento en la tasa de suicidios?

El abundante material empírico sobre esta temática es tal que me veo en la difícil tesitura de decidir qué exponer en primer lugar. Tal vez pueda hablarles del resultado de una investigación de la Universidad Estatal de Idaho, resultado que me presentó hace tres meses uno de mis estudiantes en San Diego.

Se examinó a sesenta estudiantes que habían intentado suicidarse. En el 85 % de los casos el motivo aducido fue: *life meant nothing to them*. La vida no tenía sentido para ellos. El 93 % de este 85 % tenía una condición física excelente. Su situación socioeconómica era favorable, su rendimiento escolar era satisfactorio y no tenían conflictos familiares. Por tanto, el 93 % de aquellos para quienes la vida no tenía ningún sentido estaban *well off*,[4] no tenían en realidad motivos de queja.

Black y Gregson detectaron el mismo sentimiento de sinsentido y falta de experiencias de realización de sentido a partir del test cualitativo Purpose-in-Life (pil), desarrollado por dos logoterapeutas estadounidenses. Entre los presos de Nueva Zelanda el valor fue de 86, mientras que en un grupo control en la población general fue de 115. Los presos sufrían de una profunda vivencia de sinsentido.

Uno de mis antiguos estudiantes, Louis Barber, dirige un centro de rehabilitación de orientación logoterapéutica en California. Según los datos de su tesis doctoral, logró en cuatro meses un incremento del promedio del Purpose-in-Life de 86 a 103. El resultado es el siguiente: mientras que el promedio de recaídas en Estados Unidos es del 40 %, el promedio del señor Barber está en el 17 %.

Hablemos ahora de la drogodependencia. Una de mis doctorandas, Lou Padelford, pudo demostrar estadísticamente que no es cierto lo que se dice y se repite a menudo, esto es, que la causa de la drogadicción sea una figura paterna débil, *a weak father image*. A partir de diversas baterías de test, pudo determinar que el *drug involvement index*, entre los

que tenían una experiencia de sentido media, era de 4,25. Entre los que sufrían de una experiencia de falta de sentido, el *drug involvement index*, es decir, la drogodependencia, era más del doble, llegaba a 8,90. Otra prueba contra dicha creencia proviene de mi antiguo colaborador, Fraiser, que dirige el Drug Rehabilitation Center en Norco, California. En Austria, el porcentaje de éxito es del 5 %, en la República Federal Alemana algo menos del 10 % y en Estados Unidos es aproximadamente del 11 %. Fraiser logró entre sus pacientes una tasa de éxito a los dos años del 40 %.

Como ven, señoras y señores, vale la pena reconocer este sentimiento de falta de sentido y tenerlo en cuenta cuando hablamos de la patología de nuestro tiempo. No es algo fácil, puesto que estamos atrapados por nuestros clichés y por nuestro miedo a los tabús. El año pasado se publicó en Estados Unidos una novela de Nicholas Mosley titulada *Natalie Natalia*. En ella pueden encontrar la siguiente cita: «There is a subject nowadays, which is taboo in the way that sexuality was once taboo. And this subject is, to talk about life as if it had any meaning».[5] Hablar así se ha convertido en un tabú. Hoy en día no se puede decir que la vida tenga sentido. Es un tema tabú. En este sentido corresponde hablar de ello en el presente ciclo de conferencias.

En una ocasión empecé una conferencia ante estudiantes de la Universidad de Oslo con la siguiente observación: «Señoras y señores, soy de Viena. Soy de la ciudad de Sigmund Freud. Pero no soy de la época de Sigmund Freud». Y verdaderamente, a nosotros, los neurólogos, las frustraciones sexuales no nos dan tanto trabajo como la frustración existencial. Así como Alfred Adler situó el complejo de inferioridad en el centro de sus observaciones, ese lugar corresponde actualmente al sentimiento de falta de sentido. Un sentimiento de sinsentido que a menudo viene emparejado con un sentimiento de vacío. Yo lo llamo «vacío existencial».

De entre el abundante material existente quisiera destacar la carta de un estudiante estadounidense que me escribió a Viena. «Tengo 22 años, poseo un grado académico, tengo un coche de lujo, soy independiente económicamente y tengo a mi disposición más sexo y más prestigio del que puedo asumir. Y ahora me enfrento a la pregunta: ¿Qué sentido tiene todo esto?». Esta es una carta representativa, describe lo que muchos sienten.

Señoras y señores, el título de esta conferencia habla de la neurotización de la humanidad. ¿Está progresando este estado? Hay indicios de ello. Diane Young, una estudiante que hace el doctorado

sobre logoterapia en la Universidad de California, me presentó hace pocas semanas los resultados de su investigación, según los cuales el sentimiento de falta de sentido predomina en la generación de los jóvenes. Los valores difieren de los de la generación de personas maduras y mayores, lo que indica claramente una creciente neurotización de la humanidad. Debo agradecer a Alois Habinger un estudio que señala que la frustración existencial en la misma muestra de aprendices vieneses aumentó rápidamente en dos años del 30 % al 80 %.

Lo que observamos y describimos los logoterapeutas europeos puede leerse también en las publicaciones de los países comunistas. Cabe mencionar aquí al fallecido neurólogo Vymetal, en su época jefe de la clínica psiquiátrica universitaria de Olomouc, quien se calificaba a sí mismo como pavloviano. Vymetal —junto con otros autores de Checoslovaquia y de la República Democrática Alemana— llamó la atención específicamente sobre la presencia de la frustración existencial en países comunistas y, para poder mitigarla, reivindicó la adopción de medidas basadas en la logoterapia. Lo mismo puede decirse de la directora del departamento de psicoterapia de la Universidad Karl Marx, de Leipzig. En sus libros confirma no solo los fenómenos constatados por nosotros, sino que reconoce tener que emplear medidas logoterapéuticas para poder superarlos.

Por lo que respecta al tercer mundo, podríamos mencionar al profesor Klitzke. Trabajaba como profesor visitante en una universidad africana. En su informe publicado en la *American Journal of Humanistic Psychology* confirma que, al menos entre los jóvenes académicos, el vacío existencial se hace visible y se extiende de forma evidente.

Cuando me preguntan cuáles son las causas del sentimiento de falta de sentido o del vacío existencial, acostumbro a ofrecer la siguiente fórmula concisa: al contrario que a los animales, a los seres humanos el instinto ya no les dice lo que *deben* hacer, y al contrario que en épocas anteriores, al ser humano de hoy en día las tradiciones ya no le dicen lo que *debería* hacer. A menudo parece incluso no saber lo que realmente *quiere*. Tanto más dedicado está a querer tan solo lo que quieren los demás, y eso nos lleva al conformismo actual. O hace solo aquello que quieren los demás, lo que quieren de él los demás, y esto nos lleva al totalitarismo. Esta frustración existencial podría ser, al menos parcialmente, una posible causa de estos fenómenos globales.

No podemos pasar por alto, junto con estas dos manifestaciones, una tercera, y me refiero a un neuroticismo específico, la aparición de lo que he definido como «neurosis noógena», que se diferencia de la neurosis

psicógena, es decir, la neurosis en sentido estricto. Esta neurosis noógena surge en gran medida de la frustración existencial. El sentimiento de falta de sentido se traduce aquí en sintomatología neurótica.

Pero, en realidad, la falta de sentido no es ninguna neurosis. Si se quiere relacionar este concepto con una neurosis, deberíamos referirnos a la neurosis sociógena. Puesto que es verdaderamente un logro humano no solo preguntarse por el sentido de la vida (ningún animal se pregunta por el sentido de su existencia), sino también poner en cuestión que la vida tenga algún sentido. Es una manifestación de responsabilidad intelectual cuando el ser humano no asume los valores e ideales tradicionales y tiene el valor de luchar por encontrar el sentido de forma autosuficiente.

Preguntémonos ahora cuál podría ser el presupuesto ontológico. ¿Cómo debe estar constituido el ser humano, qué hay en la estructura de su existencia que hace que aparezca la frustración existencial? Tiene todo a su alcance, y aun así está dispuesto a echar su vida por la borda. Si me permite, profesor Inciarte,[6] hablar como un diletante, quisiera emplear categorías o términos kantianos: ¿cuál es la «condición de posibilidad» de algo como la frustración existencial? O para decirlo de modo más sencillo: ¿qué aproximación desde la teoría motivacional necesitamos para enfocar este sentimiento de falta de sentido y para poder incluso abordarlo?

Personalmente, creo que es posible tan solo si reconocemos que el ser humano, en el fondo, es decir, realmente —o si no realmente, cuando menos originariamente—, se mueve, está motivado por una «voluntad de sentido», como acostumbro a llamarla. En otras palabras: la frustración universal, llamada sentimiento de falta de sentido, es comprensible tan solo en el contexto y bajo el horizonte de un modelo teórico motivacional según el cual el ser humano es un ser en busca de sentido, que quiere encontrar sentido en su existencia —y en cada situación concreta—.

Probablemente tengan a punto el siguiente argumento: «Señor Frankl, esto es idealismo; no piensa usted de forma realista. Está proclamando su visión personal y privada del mundo. Sobreestima usted a los seres humanos y les exige demasiado» —lo que, desde la perspectiva actual, es considerado mucho más peligroso—.

Lo que debo decir al respecto es lo siguiente: cuando hace tres años empecé a tomar clases de vuelo para aprender a pilotar un avión, el instructor, que era californiano, conversó conmigo. Me dijo: «Si despego

aquí y, con un viento lateral de 20 nudos, quiero aterrizar al oeste, es decir, a 90 °, no puedo ajustar mi compás a esos 90. Debo más bien apuntar a 70 ° al noreste. Debido a las condiciones atmosféricas el avión aterrizará así a 90 °. En cambio, si apuntara directamente a 90 °, con la deriva del viento aterrizaría a 110 °». A partir de este ejemplo pueden ver por qué atribuyo al ser humano motivaciones más elevadas. Si entonces me dicen: «Le sobreestima y le exige demasiado», contesto: «No. Más bien le llevo a donde puede aterrizar». Si tomo al ser humano como debería ser, entonces le llevo a ser lo que puede ser. En cambio, si lo tomo como es, entonces lo hago peor, lo echo a perder. Esto no me lo dijo mi instructor de vuelo de California, es una cita de Goethe: «Si tomamos al hombre por lo que es, lo hacemos peor. Si en cambio lo tomamos por lo que debería ser, hacemos que se convierta en lo que puede llegar a ser».

Este idealismo, si es que realmente se trata de eso, es el verdadero realismo. La institución más importante de investigación psiquiátrica de Estados Unidos, el National Institute of Mental Health, conjuntamente con el Hospital John Hopkins de Baltimore, llevó a cabo durante dos años una investigación con ocho mil estudiantes de cincuenta universidades diferentes. En Europa, por lo menos en Austria, se cree que los estadounidenses solo piensan en una cosa: *to make a lot of money*,[7] acumular dinero, acumular dólares. El 16 % de los estudiantes indicó que su verdadero objetivo en la vida era *to make a lot of money*. Por el contrario, el 78 % señaló como su máxima motivación en la vida: «To see a meaning and purpose in my life». Encontrar un sentido y una finalidad en la vida era su máxima motivación. Y ahora digan de nuevo que sobreestimo al ser humano. No se le puede sobreestimar nunca demasiado, pero se le puede corromper si se le confronta con verdades reales o supuestas. Si mido la tensión arterial a una persona, y está a 160, y me pregunta: «¿Cómo estoy, doctor?», no puedo decirle: «Tiene un poquito alta la tensión», puesto que estaría mintiéndole, ya que su miedo ha hecho que la tensión esté ya a 180. Pero, en cambio, si le respondo: «Mm, prácticamente normal», entonces dirá: «¡Gracias a Dios, creía que me iba a dar un ataque mañana mismo!». Y de repente ya tiene la tensión a 140 y, por tanto, le he dicho la verdad.

Si los medios de comunicación de masas consideran que el ser humano es demasiado tonto como para plantearle algo sustancial, entonces lo hacen más tonto. Lo que lo atonta es precisamente que no lo tomen en serio, que lo subestimen. Así, hay un montón de idiotas por ahí únicamente porque un psiquiatra, hace décadas, los tomó por idiotas

y les diagnosticó erróneamente; porque creyó que no eran capaces de aprender. Y así siguen siendo o, mejor dicho, se han convertido en idiotas. Esta es la dialéctica de la confrontación con verdades reales o supuestas.

Señoras y señores, no quiero extenderme demasiado con estos ejemplos. Por ello me gustaría apuntar ahora hacia otras cuestiones relacionadas con este tema.

El año pasado hubo un congreso multitudinario de la American Psychological Association en Montreal, con dieciocho mil participantes. En una sesión de tarde tuvo lugar un simposio sobre logoterapia en el que se dieron diversas ponencias, una de ellas bajo el título «Logotherapy and Management». Los *management scientists* en Estados Unidos fueron los primeros que asumieron esta nueva teoría motivacional de la «voluntad de sentido». Consideran que actualmente la cuestión del empleo únicamente se puede manejar, e incluso comprender, si partimos del hecho de que el ser humano aspira a encontrar el sentido —en particular en su lugar de trabajo—. Un participante en el simposio habló también de la aplicación de la teoría motivacional logoterapéutica en el *Government*.

Hay asimismo un test en el sentido amplio de la palabra, un *experimentum crucis*, un test que no surgió de una situación creada para ser analizada, sino de una situación humana límite. Estoy pensando en los campos de concentración y los campos de prisioneros de guerra. Esta fue en definitiva la lección que pude aprender o, mejor dicho, que tuve que aprender personalmente en Auschwitz y en Dachau: aquellos internos que estaban orientados a un futuro que les esperaba, a una tarea que debían cumplir, tenían más posibilidades de sobrevivir.

Psiquiatras militares y de la marina de todo el mundo lo confirmaron más tarde, ya fuera en campos de prisioneros en Japón, en Corea del Norte o en otros lugares de la Tierra. Entre mis estudiantes del último cuatrimestre del invierno en San Diego, había dos oficiales que estuvieron presos en una cárcel en Vietnam del Norte, el uno siete años y el otro unos seis años. Hubo una *panel discussion*[8] en la que confirmaron el significado para la supervivencia, el *survival value*, a partir de su propia experiencia y de la observación de sus camaradas. La voluntad de sentido posee *survival value*. Señoras y señores, yo creo que esto es válido también a gran escala, para la humanidad. Tengo la convicción personal de que estamos ante un nuevo enfoque de la investigación sobre la paz. Será más fructífero, y eso lo defiendo personalmente, que la eterna palabrería sobre el potencial agresivo. El

hecho de repetir estos conocidos tópicos solo lleva a la gente a creer que la violencia y la guerra forman parte del destino. Pero no es cierto. A mi parecer, la humanidad tan solo puede tener posibilidades de supervivencia si se logra, más pronto o más tarde (esperemos que sea más pronto), un denominador común en sentido axiológico, una tarea común, un deseo unificador —para estar unidos por una voluntad *compartida* de un sentido *compartido*—.

Carolyn Sherif, una profesora estadounidense de sociología y psicología, se hizo célebre por haber logrado confirmar esta concepción de forma experimental. Un grupo de jóvenes psicólogos se colaron en un campamento de *boy scouts* y generaron agresividad entre ellos, en gran parte a través de competiciones deportivas. Estas no son, por tanto, una forma de catarsis, sino que generan agresividad —esto se sabe hace tiempo, aunque se ha convertido en un tema tabú del que se evita hablar —. La hostilidad mutua, sin embargo, desapareció repentinamente entre los jóvenes. ¿Saben cuándo, señoras y señores? Cuando el remolque con el que transportaban la comida hacia el campamento se quedó atrapado en un lodazal y fueron necesarios los tres grupos de chicos para lograr sacarlo. Al estar unidos en esta tarea y esfuerzo comunes, desapareció instantáneamente toda agresividad entre ellos.

Señoras y señores, tal como yo lo veo, la voluntad de sentido es un aspecto del fenómeno antropológico fundamental que denomino autotrascendencia. La autotrascendencia de la existencia humana se basa en el hecho fundamental de que esta siempre se dirige más allá de sí misma hacia algo que no vuelve a ser ella misma, hacia algo o alguien, hacia una causa a la que servir, o hacia una persona a la que amar. Y tan solo en la medida en que el ser humano se trasciende de este modo, llega a autorrealizarse. Y esto es así incluso en los fundamentos biológicos. Me gustaría demostrarlo con una paradoja análoga.

La capacidad del ojo de percibir visualmente el mundo que le rodea está sujeta a su incapacidad de verse a sí mismo. ¿En qué momento se percibe el ojo a sí mismo, señoras y señores, si dejamos a un lado la percepción en un espejo? Cuando tengo cataratas. Entonces veo nubes. El ojo ve su propia catarata. Si el ojo ve en torno a una fuente de luz una aureola con los colores del arco iris, está percibiendo su glaucoma. La capacidad visual del ojo está alterada en la misma medida en que el ojo percibe algo de sí mismo. Y lo mismo es válido para el ser humano: la existencia humana está trastornada en la medida en que se centra en sí misma, en algo que está en sí misma, pegada a sí misma.

Del mismo modo en que el ojo debe poder pasarse por alto, el ser humano, si realmente quiere ser un ser humano, debe poder ignorarse. Debe poder dejarse atrás, olvidarse de sí mismo, entregarse a una tarea o a otra persona, olvidándose a sí mismo. Y en la medida en que lo hace (aunque no siempre lo hace), el ser humano es humano y es él mismo.

Pueden ver que la autorrealización es tan solo un efecto colateral de la realización de sentido, de la autotrascendencia. Esto es un jarro de agua fría para todas las teorías motivacionales con las que nos vemos confrontados continuamente, según las cuales el ser humano tendría necesidades y tan solo estaría orientado a colmarlas; el mundo, las parejas que viven en el mundo y las cosas que hay en el mundo servirían nada más que para lograr colmar esas necesidades. La pareja estaría para descargar la necesidad sexual. Las cosas servirían como medios para el fin de la autorrealización.

No es esta en absoluto la verdadera actitud del ser humano. La verdadera actitud del ser humano no consiste en estar orientado o dirigido a algo por mí mismo, sino por aquello hacia lo que me oriento. Este antiguo modelo motivacional está todavía adherido al concepto de la llamada homeostasis, que se tomó prestado de la biología, y según el cual el ser humano está construido para satisfacer sus necesidades y pulsiones —no tanto para satisfacerlas como para quedarse tranquilo—,[9] para librarse de tensiones y lograr un equilibrio interno. Pero hoy en día tampoco es ya cierto siquiera en el ámbito de la biología, donde se ha descartado como único principio válido y verdadero posible, como pudo rebatir Ludwig von Bertalanffy.

El especialista en patología cerebral Kurt Goldstein demostró que el cerebro tan solo tiende de un modo absoluto a equilibrar las tensiones si está enfermo. Allport, Maslow y Charlotte Bühler demostraron en personas sanas que la conducta humana tiende más bien a crear tensiones que a descargarlas. El ser humano necesita, por supuesto dentro de ciertos límites, una tensión fructífera entre dos polos, el de aquello que es y el de aquello que debería ser; una tensión existencial entre el ser y el sentido que debe realizar. Esto es constitutivo del ser humano. Selye, quien introdujo el concepto «estrés», publicó hace no mucho: «El estrés es la sal de la vida». El ser humano necesita un estrés dosificado, como lo constató hace poco este biólogo y fisiólogo canadiense. Pero volvamos ahora a «la voluntad de sentido».

Una alumna de la Universidad de Viena, que se doctoró en logoterapia y que está viviendo y trabajando actualmente en la República Federal Alemana, ha podido comprobar que en el

Wurschtelprater de Viena, una zona de ocio de la ciudad, el nivel de vacío existencial, de sentimiento de falta de sentido, es significativamente superior a la media de la población vienesa, lo que muestra que el ser humano que está frustrado en su voluntad de sentido se refugia en la diversión fácil. Esto me recuerda siempre un chiste estadounidense. Un hombre se encuentra en la calle con su médico, quien le pregunta por su salud:

—*How are you this morning, Mr. Jones?* —Pero su paciente no le entiende—. ¿Cómo se encuentra?

—Ya ve, no oigo bien.

—Seguramente bebe demasiado, Mr. Jones.

—Puede ser.

—Deje de beber y oirá mejor.

Dos meses más tarde se vuelven a encontrar en la calle, y el médico pregunta, alzando la voz:

—¿Cómo se encuentra?

—Doctor, no hace falta que grite tanto, vuelvo a oír perfectamente.

—Seguramente ha dejado de beber.

—Es cierto.

—Entonces siga así.

Vuelven a pasar dos meses:

—¿Cómo se encuentra hoy, Mr. Jones?

—¿Cómo dice?

—Le pregunto cómo se encuentra.

Por fin el paciente le entiende.

—Ya ve, vuelvo a oír mal.

—Seguramente ha vuelto a beber.

—Mire usted: primero bebía y oía mal; entonces dejé de beber y oía mejor. Pero lo que oía no era tan bueno como el *whiskey*.

Si a la voluntad de sentido le falta una posibilidad de sentido, el ser humano se refugia en la voluntad de placer o en la voluntad de poder.

Annemarie von Forstmeyer, una de mis doctorandas californianas, demostró a través de un test que en el 90 % de los casos de alcoholismo grave que examinó había un marcado sentimiento de pérdida de sentido. Los colaboradores de James C. Crumbaugh (Misisipi) tuvieron más éxito con una logoterapia grupal centrada en la pérdida de sentido que el tratamiento conductual que se estaba llevando a cabo de forma paralela. Y Holmes mostró que el éxito incomparablemente superior de algunos

grupos respecto a todo el resto de los grupos tratados con otro tipo de psicoterapia se debía en realidad a la recuperación de una vida con sentido.

Aparte de los mencionados fenómenos de la *depression*, *aggression* y *addiction*, hay un cuarto: *inflation*, la inflación de la sexualidad. La libido sexual se hipertrofia de modo ejemplar hacia el vacío existencial.

Como toda inflación, la inflación sexual va acompañada de una depreciación, de una pérdida de valor. La sexualidad es desvalorizada hoy en día en la misma medida en que se deshumaniza. Me atrevo a afirmar que la sexualidad humana siempre es algo más que simple sexualidad, porque es el vehículo, la encarnación, la expresión física de relaciones personales metasexuales, interpersonales. Es un medio de expresión del amor, si quieren llamarlo así, y en la misma medida es, en el fondo, humano. Pero entonces no es tan solo humano, sino también satisfactorio y placentero.

Este hecho también se ha podido demostrar hace tiempo empíricamente. Pero se ha convertido asimismo en un tabú. La conocida revista estadounidense *Psychology Today* constató, tras examinar veinte mil respuestas de sus lectores, que el método más utilizado por la mayoría para mejorar, para intensificar al máximo la potencia o el orgasmo, era tener una relación amorosa con su pareja sexual. Pobres las personas que han sido adoctrinadas y que han llegado a la conclusión de que no existe el amor, de que se trata solamente de sexo, o, como lo dijo Freud: de que el amor es sexualidad que ha sido inhibida en su objetivo.

Cuanto más buscan los seres humanos el placer, cuanto más se centran en la voluntad de placer —la paciente, el orgasmo; el paciente, la potencia—, más sufren de frigidez o de impotencia. Estoy convencido (y lo podría probar fácilmente) de que entre el 90 y el 95 % de los trastornos de la potencia y del orgasmo se pueden explicar a partir de la hiperintención y de la hiperreflexión del deseo sexual. Acostumbro a señalar a mis estudiantes: «Cuanto más se centra uno en el placer, este más se desvanece». Como bien saben, «perseguir la felicidad es la mejor forma de perderla».

A lo que se le añade, en estos últimos años, la *peer pressure*[10] y los *pressure groups*. La presión de grupo consiste en que el rendimiento cobra una importancia mayúscula también en el ámbito sexual: debes tener potencia (sexual), debes acumular tantos orgasmos como sea posible, etc. Uno se siente obligado al goce sexual.

En lo que se refiere al rendimiento sexual entre los jóvenes, que se

dicen: «Tienes, tienes, debes, debes», se añaden los *pressure groups big industry* y *big business*, la industria del sexo y de la educación sexual —la danza en torno al cerdo dorado—.[11] He aquí el gran negocio. Los *hidden pleasures*[12] se ponen aquí a su servicio: tienes que leer manuales sobre técnicas sexuales. ¡Eso es lo que cuenta! Por supuesto que esta gente defiende su negocio. Luchan por la libertad frente a la censura. Pero se refieren a la libertad de hacer dinero, de hacer negocios. Y por eso el negocio se presenta como arte y educación. Es sorprendente que la juventud actual, que se lanza contra cualquier hipocresía en el ámbito sexual, se apunte a esta hipocresía de los hombres de negocios y se entregue voluntariamente como esclava de sus intereses capitalistas.

Este comportamiento de *l'art pour l'art*, del arte por el arte, del sexo como pura diversión —donde no existe para nada algo en el sentido de una relación interpersonal subyacente—, sería, desde la perspectiva psicoanalítica, una regresión. Y aquello que es regresivo no debería ser glorificado por quienes se creen progresistas.

Señoras y señores, al fin y al cabo les hablo en cuanto psiquiatra. Ustedes quieren oírme hablar sobre terapia. ¿Podemos dar sentido a quienes están frustrados existencialmente? No, no podemos hacerlo. Quien menos puede hacerlo es el psiquiatra. No sabemos cuál es el sentido de la vida de nuestros pacientes. Nosotros no tenemos ninguno de los tres atributos divinos: no somos omniscientes. No sabemos ni siquiera cuál es el verdadero origen de la esquizofrenia. No somos todopoderosos. No podemos todavía curar realmente la esquizofrenia. Pero debo reconocer que hay algo que sí somos: omnipresentes. En cada simposio y en cada ciclo de conferencias participa como invitado un psiquiatra. Así que no tenemos la respuesta, solo podemos tratar de entender las preguntas. En cualquier caso, no es posible dar sentido por el simple hecho de que solo es posible encontrar sentido.

El sentido no puede darse, el sentido debe ser encontrado *por el ser humano mismo* —aunque no *en el ser humano mismo*—. Ello contradiría la autotrascendencia de la existencia humana. Aunque ahora no voy a dedicarme al diletantismo filosófico. (Puedo tener el doctorado en filosofía, pero siempre lo oculto. ¿Saben por qué? Ningún vienés diría «Frankl es doctor por partida doble», sino más bien: «Es un médico a medias»). Encontrar sentido tiene que ver más bien con la organización perceptual en sentido psicológico estricto. Max Wertheimer y Kurt Lewin, los fundadores de la moderna teoría de la Gestalt, hablaban del carácter interpelante que caracteriza cada situación. Wertheimer atribuye a la exigencia de la situación una «cualidad objetiva», la

objetividad del sentido. Por ello el sentido debe ser encontrado, puesto que es objetivo. No podemos darlo arbitrariamente.

No debemos *adjudicarlo* o *concederlo*. Debemos ser capaces de *escucharlo* en cada situación particular a la que nos enfrentamos. La vida no es como un test de Rorschach, en el que se le extrae un sentido a la mancha de tinta. En ese caso, la subjetividad que proyecta el participante debe revelarnos algo sobre su carácter y su inconsciente. La vida se parece más bien a una imagen con ilusiones ópticas donde, por ejemplo, se esconde la figura de un ciclista, que llegamos a ver si giramos convenientemente la imagen hasta descubrir la figura entre el follaje, detrás de la capilla. La figura está ahí, es una realidad objetiva. El sentido es también una figura sobre el trasfondo de la realidad. Una posibilidad que brilla y una necesidad, que existen sobre el trasfondo de la realidad. Aquello que es necesario, que debe hacerse en una situación determinada. La posibilidad de sentido es siempre única e irrepetible, como la propia situación.

Pero la posibilidad de sentido no solo es única. Si la realizamos, lo hacemos de una vez para siempre. Hemos rescatado en el pasado una posibilidad de sentido que se nos ofrece en el aquí y ahora. Puesto que lo que ha sido, lo que ya es pasado, es también una forma del ser, tal vez la forma más segura del ser. Lo que hemos realizado, lo que ha sido y es pasado está asumido y conservado en sentido hegeliano. Lo hemos rescatado en un lugar donde está a salvo de la fugacidad.

Esto pueden compartirlo con sus pacientes. Que nada puede eliminarse del todo, como si no hubiera sucedido. Nadie les puede arrebatar lo que han vivido, sufrido, los sufrimientos que han atravesado dignamente. Nada de lo que hayan hecho, de lo que hayan logrado, puede ser anulado, sino que permanece. Así como la situación es única e irrepetible, también lo es el sentido inherente a ella, que permanece latente. Del mismo modo, es única e irrepetible la persona que se enfrenta a dicha situación. El sentido es, por tanto, siempre sentido *ad personam et ad situationem*. O, como dijo hace casi dos mil años Hillel, uno de los fundadores del Talmud: «Si no soy yo, entonces ¿quién? Si no es ahora, entonces ¿cuándo? Y si solo es para mí, entonces ¿qué soy?».

Si no lo hago *yo*, ¿quién lo hará por mí? Si no lo hago *ahora*, ¿cuándo debería hacerlo? ¿Acaso debo esperar a que la posibilidad haya desaparecido?(Max Scheler habla al respecto de valores situacionales). Si solo lo hago *para mí,* ¿qué soy? Podría decirse que no soy verdaderamente humano, que no soy verdaderamente yo mismo. Puesto que lo esencial en el ser humano es su capacidad de trascenderse a sí

mismo en nombre del sentido y no en nombre de su propia tranquilidad.

El carácter único e irrepetible del sentido tiene como consecuencia la imposibilidad de transmitirlo. Los universales de sentido, que podríamos definir como valores, pueden transmitirse. El sentido único, en cambio, debe ser captado por la persona misma. Y al órgano de sentido (no de los sentidos) que lo transmite, que es capaz de olfatearlo, de captarlo, a este órgano quisiera llamarlo conciencia ética. La conciencia ética personal es el órgano de sentido. Por ello, en una época en que desaparecen las tradiciones y los valores globales transmitidos con dichas tradiciones, los valores universales, la educación es, en sentido profundo y en último término, una educación hacia una conciencia ética personal.

Gracias a mi conciencia ética, a una conciencia ética afinada, puedo percibir la exigencia de sentido inmanente a cualquier situación, puedo escuchar la pregunta que cada situación me formula, y puedo responderla en tanto asumo la responsabilidad de mi existencia. Los estadounidenses nunca se han tomado a mal que les dijera que deberían proponerse construir una estatua de la responsabilidad en la costa oeste para complementar la estatua de la libertad de la costa este. Necesitamos, por tanto, la conciencia ética para que las personas puedan, hoy en día, encontrar un sentido a pesar de la desaparición de las tradiciones y de los valores asociados a ellas.

Gracias a una conciencia ética despierta, podemos matar tres pájaros de un tiro. Una conciencia ética despierta va a permitir al ser humano escapar o resistirse a las consecuencias del vacío existencial que ya he mencionado: no se plegará al totalitarismo ni cederá al conformismo. Puesto que será su conciencia ética la única que diga no.

Nosotros, los psiquiatras, no podemos recetar ni *pre*scribir el sentido. Pero podemos hacer una cosa: *des*cribir mediante un análisis fenomenológico lo que sucede en el ser humano cuando este encuentra el sentido. Durante el análisis nos encontramos con algo que quisiera llamar el autoconocimiento ontológico prerreflexivo. Es el que le dice a la persona corriente, de a pie, gracias a su *sapientia cordis*,[13] lo que significa la existencia humana.

La persona de a pie, que no está bajo la influencia, ni el adoctrinamiento de quien ha pasado años en el diván como paciente o quien ha sido adoctrinado durante años en la universidad, sabe que la persona (retomando la conocida y certera expresión del obispo Fulton Sheen) es más que un campo de batalla de una guerra civil que libran el yo, el superyó y el ello. El ser humano es más que el resultado de

procesos de aprendizaje y de procesos condicionantes. Es más que el producto del entorno y la herencia, más que el producto de las condiciones de producción. Esto es algo que el ser humano sabe en el fondo de su corazón y que debemos analizar fenomenológicamente. Y a continuación debemos averiguar cómo el ser humano encuentra el sentido, puesto que de él debemos aprenderlo. Él es quien sabe que se puede encontrar y realizar sentido creando una obra, o teniendo una vivencia de algo o de alguien. Y tener la vivencia de alguien significa amarle; amar a alguien significa comprenderle, captarle en cuanto ser único e irrepetible. Y en ocasiones serán los pacientes los que les revelen de qué es capaz el ser humano. Lo demuestran las sesiones grupales en los hospitales y aparece en el material empírico del Billings Hospital de Chicago, donde se entrevistó a jóvenes de entre 20 y 25 años, quienes sabían que iban a morir al cabo de pocas semanas. Los resultados se pueden analizar fenomenológicamente. Los pacientes nos descubren que más allá de la creación, más allá de la vivencia, se puede encontrar y realizar un sentido, el sentido más elevado, precisamente cuando somos víctimas impotentes en una situación desesperada, cuando nos enfrentamos a una enfermedad incurable, por ejemplo, un cáncer inoperable. Es entonces cuando se revela aquello de lo que somos capaces, cuando tenemos la posibilidad de mostrar qué es el ser humano y aquello de lo que solo él es capaz.

Lou Salomé contestó a Sigmund Freud, cuando este le escribió poco antes de morir sobre su dificultad para conformarse con una «existencia con fecha de caducidad»: se trata de que «la forma en que alguien sufre con nosotros se convierta en un signo de lo que somos capaces».

Esta trilogía, tricotomía o tríada de posibilidades de sentido (valores creacionales, vivenciales y actitudinales) pone de manifiesto que la vida conserva su sentido literalmente hasta el último suspiro, un sentido incondicional inherente a ella. Por favor, no crean, señoras y señores, que se trata de filosofía de estar por casa. Más de cuarenta tesis en este ámbito —mencionaré tan solo a Young, Crumbaugh, Kratochvil, Meier, Murphy, Planova, Yarnell y Dansart— corroboran empírica y estadísticamente, mediante análisis de factores y cálculos de correlaciones —en Estados Unidos se ha desarrollado un test específico para los valores actitudinales— que el ser humano es capaz de encontrar el sentido, independientemente de su género, de su coeficiente intelectual, de su nivel de educación, de sus creencias religiosas o de su falta de creencias, si las tiene, de su confesión, y, finalmente, independientemente de su predisposición de carácter, así como de su

entorno. (Los nuevos descubrimientos se deben en buena medida a los psiquiatras comunistas). Todo se puede comprobar empíricamente.

Es un placer para mí no solo que estas tres categorías de valores que desarrollé (de forma puramente intuitiva, como debo reconocer para mi vergüenza) en los años veinte puedan ser medidas mediante tests, sino también que pueda establecerse la jerarquía dentro de esta trilogía. Me refiero a que estos valores actitudinales permiten encontrar posibilidades de sentido más elevadas. Quisiera tratar de facilitarles una comprensión más detallada de este fenómeno.

El ser humano se mueve, por regla general, en un plano horizontal entre los polos del éxito y del fracaso.

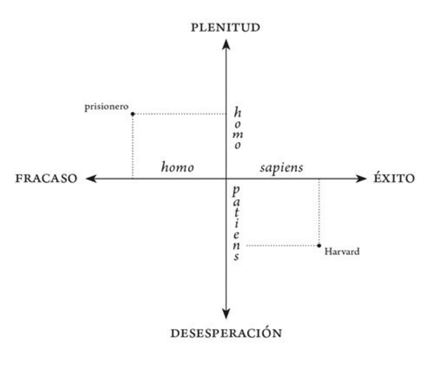


Figura 1

Esta es la dimensión del *homo sapiens* que quiere tener éxito, ya sea como hombre de negocios o como *playboy*. Pero a esta se le añade una segunda dimensión, perpendicular respecto a la primera, a la que denomino la dimensión del *homo patiens*, del ser humano que es capaz de alcanzar, incluso en el sufrimiento ineludible, la plenitud de sentido. Los polos ya no son los del éxito y el fracaso, sino los de la plenitud y la desesperación, en una dimensión distinta. Y es importante saberlo. De lo contrario, no se entiende cómo, por destacar tan solo un ejemplo, el prisionero número 020640 de la cárcel de Baltimore me escribió a Viena:

> Señor Frankl, a los 54 años de edad, arruinado económicamente por completo y preso, se ha producido en mí una profunda transformación. Ha sucedido en el silencio de mi celda, aquí, en Baltimore, una noche. Ahora estoy en paz con el mundo y conmigo mismo. He encontrado

> el verdadero sentido de mi vida y el tiempo tan solo puede postergar su cumplimiento, pero no impedírmelo. ¡Cuán maravillosa es la vida, a la que abrazo! Estoy impaciente por que llegue el mañana.

Esto me lo escribe un hombre en una situación desesperanzada, desde la soledad de su celda en la prisión de Baltimore. En medio de este fracaso vital experimenta la plenitud, que se explica desde las diferentes dimensiones. Mi antiguo asistente en la Universidad de Harvard , von Eckartsberg, estadounidense de origen alemán, examinó la suerte de cien académicos que se habían doctorado veinte años atrás en Harvard. Habían desarrollado importantes carreras profesionales como abogados, jueces, cirujanos, psicoanalistas, o en la industria. Un porcentaje importante de ellos no sabía, veinte años más tarde, qué sentido tenía todo ese éxito. Algunos estaban desesperados, en una crisis existencial. Sentían desesperación a pesar de su éxito. Así podemos comprender también cómo es posible sentir plenitud a pesar del fracaso. Elisabeth Lukas comprobó, a través de análisis factoriales y estadísticos, que las diversas categorías de valores se mueven sobre dos ejes ortogonales.

Señoras y señores, estoy llegando al final de mi conferencia. Debo decirles que por desgracia la educación, en lugar de disminuir o prevenir el vacío existencial, a menudo incluso lo incentiva. Puede desempeñar un papel que, desde la perspectiva del conductismo, llamaríamos reforzador o de *reinforcement*. El reduccionismo, el subhumanismo, explica los fenómenos humanos, si acaso es capaz de verlos, en sus proyecciones: los proyecta a un nivel subhumano. Por ello se combina con lo que me gustaría llamar un pandeterminismo. «Meaning and values are nothing but defense mechanisms and reaction formations», como lo expresaron reconocidos expertos estadounidenses, es decir: el sentido y los valores no son más que mecanismos de defensa y formaciones reactivas. A lo que en una ocasión contesté, espontáneamente: «No estoy dispuesto a vivir por mis formaciones reactivas, y aún menos estoy dispuesto a jugarme la vida por mis mecanismos de defensa». Este tipo de afirmaciones aparecen cuando se colocan estos fenómenos en el lecho de Procusto del psicologismo. Al respecto puedo mencionar el ejemplo de un joven matrimonio estadounidense que sirvió dos años en los Cuerpos de Paz en África. La joven pareja voló de regreso a Estados Unidos pasando por Viena, donde hablaron con uno de mis ayudantes. Este constató que sentían una aversión extrema por su trabajo. Y entonces se evidenció que todo había empezado en las sesiones grupales obligatorias:

—¿Por qué quieren ir a África con los Cuerpos de Paz?

—Porque queremos ayudar a gente que lo está pasando allí peor que nosotros.

—Ajá, entonces es que son superiores a esa gente.

—Bueno, debemos tener ciertos conocimientos y destrezas que podamos transmitirles, por supuesto.

—Ajá. Ahora tendrán que reconocer que en el fondo de su inconsciente debe de haber una fuerte necesidad de demostrar su superioridad respecto a otras personas.

—En realidad, no lo habíamos visto de este modo hasta ahora. Pero, después de todo, es usted un psicólogo norteamericano y sabe más que nosotros.

Esas sesiones grupales continuaron durante tres meses. Al final, los participantes estaban constantemente al acecho, observando lo que pasaba en su interior, cuáles eran sus motivaciones ocultas, sus *hidden motivations*, su *underlying psychodynamics*.[14] Desconfiaban de sí mismos. El informe escrito, que he podido leer, advertía finalmente: uno estaba detrás de los demás. ¿A qué se refería en realidad? ¿Cuál era verdaderamente su motivación inconsciente?

Señoras y señores, creo que hemos aprendido la lección de Sigmund Freud según la cual debemos desenmascarar las motivaciones neuróticas. Pero también creo que este desenmascaramiento debe terminar en algún punto, precisamente en el punto en el que nos topamos con lo que es auténtico en el ser humano, lo que ya no se puede «desenmascarar». Y si seguimos y no paramos de desenmascarar, naturalmente se sigue desenmascarando algo: pero en este caso la motivación inconsciente es desvalorizar lo humano en el ser humano. Una psicoterapia que no lo tenga presente no será capaz de entender los signos de nuestro tiempo, ni mucho menos enfrentarse a las necesidades de nuestro tiempo.

Volvamos al inicio, a lo que me dijo el taxista en Atlanta: *depression, aggression and addiction*. Suicidio, criminalidad y drogodependencia. Si un joven que ha sido adoctrinado para creer que la vida no tiene sentido se suicida, en el fondo está siendo consecuente.

Si además es persuadido, según las ideas del pandeterminismo, de que no es libre, de que es el producto de las circunstancias internas o externas, de que es una marioneta manejada por hilos desde el interior o desde el exterior, entonces deja de tener cualquier responsabilidad; y tiene razón en hacer lo que quiera, puede incluso delinquir. Si, finalmente, se intenta hacerle creer que el ser humano es un ser que vive

para satisfacer sus deseos, para lograr la paz interior, entonces ¿por qué no va a tomar drogas y lograr una *instant homeostasis right now*, una calma instantánea ahora mismo?

Como ven, los jóvenes se limitan a ser consecuentes —y han sido empujados consecuentemente, a través del adoctrinamiento del reduccionismo, hacia las tendencias de neurosis de masas—. No podemos responder a las necesidades de la época si partimos de un modelo de teoría motivacional del ser humano basado en experimentos con ratas. Ninguna rata se pregunta si su vida tiene sentido. Ninguna rata está dispuesta a sacrificar su vida o a soportar sufrimientos por un sentido. Ni siquiera los gansos grises de Konrad Lorenz son capaces de hacerlo.

Tengo ante mí la carta de un psicólogo que me escribe sobre cómo trató de levantarle la moral a su moribunda madre. Cito textualmente:

> Fue una amarga lección para mí darme cuenta de que nada de lo que había aprendido en los siete largos años de mis estudios de psicología me servía para aliviar la dureza y la inexorabilidad de su destino; nada me ayudó tanto como lo que había aprendido en mi formación posterior en logoterapia sobre el sentido de la vida y sobre la abundante cosecha guardada en el pasado.

Joyce Travelbee, una catedrática estadounidense, ha escrito un libro en el que aborda estas cuestiones; allí describe cómo incluso las enfermeras pueden ayudar a encontrar el sentido a los pacientes que están a su cargo. Yo mismo he descrito en uno de mis libros el caso de un diálogo socrático improvisado con un médico mayor, que vino a verme y me dijo:

—Hace dos años que no logro superar la pérdida de mi mujer, a la que amaba por encima de todas las cosas. Sé que usted tampoco puede ayudarme y que tampoco puede resucitar a mi mujer. Y la receta me la podría hacer yo mismo.

Me limité a contestarle:

—Dígame, querido colega, ¿qué hubiera sucedido si, en vez de su mujer, hubiera fallecido usted primero?

—Hubiera sido horrible para ella, hubiera sufrido mucho —dijo.

Entonces añadí:

—Querido colega, está claro que este sufrimiento le ha sido ahorrado a su mujer; que ha sido usted quien se lo ha ahorrado, y que el precio que paga por eso es echarla de menos y sufrir por ello.

Esto significó para él un giro copernicano: en ese momento su sufrimiento había adquirido un sentido, el sentido de un sacrificio.

No se puede acceder a estas dimensiones desde la terapia conductual ni desde el psicoanálisis. Un terapeuta conductual, cuyo nombre prefiero silenciar, publicó recientemente un artículo sobre depresiones existenciales. En él afirma:

> Si el paciente en cuestión pensaba que tal vez no había vivido realmente su vida, o que su vida carecía de sentido, se le enseñaba el *thought-stopping*.[15] Se trata de un método de la terapia conductual: cada vez que aparecían estas presuntas ideas obsesivas debía dar palmadas. El hombre batía palmas cuando dudaba sobre el sentido de su vida.

Esto es esperpéntico.

Uno de los psicoanalistas más relevantes publicó otro caso, en el que refería una conversación con una paciente oncológica. Ella le había dicho:

—Sabe usted, me cuesta aceptar que mi vida ahora no tenga ningún sentido. Ahora no sirvo para nada, solo puedo estar en cama. Esto es lo peor.

El psicoanalista no le dijo que la dignidad del ser humano va mucho más allá de lo útil que pueda resultar para la sociedad. Esto sería su utilidad, pero en ningún caso su dignidad. No le aclaró que si el ser humano solo se definiera por su valor de utilidad respecto de la sociedad, estaríamos dándole retroactivamente la razón a Hitler y a sus programas de eutanasia. No le habló de la dignidad personal del ser humano, que está más allá de su utilidad y que nos ofrece la oportunidad de percibir, incluso en situaciones aparentemente desesperadas, que hay un sentido que las ilumina. Este conocido psicoanalista le dijo, en cambio:

—Sabe, usted se confunde si dice que ahora todo es diferente y horrible, que antes su vida tenía sentido y ahora no. Su vida nunca ha tenido ningún sentido. Esto solo es lo que trata de inculcarnos la gente, los filósofos y los clérigos. La vida no tiene sentido. Nunca lo ha tenido. Así que no tiene por qué quejarse. No hay absolutamente ninguna diferencia entre su vida de antes y la de ahora.

Publicó esta conversación en su libro *On the dying patient*, por lo que debe de estar orgulloso de lo que dijo. Esto no puede ser, señoras y señores.

Cuando fui al tristemente conocido penal de San Quintín, en San Francisco, invitado por la dirección para hablar con los presos y dar una conferencia, alguien me dijo:

—Doctor, ahí arriba está Aaron Mitchell; mañana lo ejecutarán en la

cámara de gas. ¿Podría usted decirle algunas palabras a través del micrófono?

(Los condenados a muerte no pueden salir del corredor de la muerte, de la celda de la muerte). Imaginen qué compromiso, qué importante tarea. Debía decirle algo. Finalmente, improvisando, le hablé a través del micrófono:

—Sr. Mitchell, de algún modo, puedo comprender su situación. Al fin y al cabo, yo mismo viví durante un par de años a la sombra de la cámara de gas. Pero créame, tampoco entonces dudé un solo instante del sentido incondicional de la vida. Puesto que, o bien esta vida tiene sentido, y entonces lo mantiene aunque vivamos durante un tiempo relativamente corto; o bien no tiene sentido, y entonces, aunque viviéramos eternamente, tampoco se podría introducir un sentido a la vida. Más aún: incluso una vida malograda, que en el pasado parece absurda, puede en el último momento llenarse de sentido, retrospectivamente, gracias a la manera en que nos posicionamos ante nosotros mismos y, desde ese posicionamiento, nos superamos a nosotros mismos.

Tras eso, le expliqué la historia de la muerte de Iván Ilich, de Tolstói, que lo muestra mucho más claramente de lo que yo podría hacerlo. Y hay indicios de que no fue solo él quien la entendió.

Señoras y señores, me gustaría, para acabar, parafrasear a Paul Dubois para decirles, sobre el tema que nos ocupa: uno puede ser un buen médico sin hacer todo esto. Pero entonces no debe sorprendernos que solo haya una cosa que nos distinga de los veterinarios: nuestra clientela es diferente.

* El siguiente texto es la fiel transcripción de una conferencia que dio Viktor Frankl en 1974 en el Instituto Lindenthal de Colonia, bajo el título «Neurotisierung der Menschheit – oder Rehumanisierung der Psychotherapie?». Esta conferencia fue posteriormente publicada en Frankl, Pieper y Schoeck, *Altes Ethos – Neues Tabu*, Colonia, Instituto Lindenthal, 1974.

1«¿Está loca la nueva generación?». A menos que se indique lo contrario, todas las notas me pertenecen. *(N. de la T.)*

2 «Oh, no podría hacerlo». En el texto original, Frankl introduce muchas palabras y frases en inglés, que traduce previamente o a continuación al alemán o que deja en inglés, sin traducir. Se ha optado por añadir la traducción de las palabras y expresiones en inglés siempre que el autor no las haya incorporado ya al texto, excepto en el caso de que resulten comprensibles para el lector de habla española por ser de origen latino y muy parecidas al equivalente español (por

ejemplo, en el caso de *aggression*).

3 «Por supuesto que lo están. Se matan a sí mismos. Se matan unos a otros y se drogan».

4 «Acomodados, en una buena situación».

5 «Actualmente hay un tema que es tabú del mismo modo que la sexualidad fue una vez tabú. Se trata de hablar de la vida como si tuviera algún sentido».

6 Se trata del profesor Fernando Inciarte, filósofo de origen español, quien prologó *Altes Ethos – Neues Tabu. (N. del E.)*

7 «Ganar mucho dinero».

8 «Mesa redonda».

9 Juego de palabras en alemán entre *Befriedigung*, «satisfacción», y *Befriedung*, literalmente, «pacificación».

10 «Presión de los pares».

11 Juego de palabras de Frankl con la metáfora, frecuentemente utilizada para denunciar la adoración a falsos ídolos o valores, del becerro de oro, que según la historia bíblica del Éxodo fue adorado por los israelitas y destruido por Moisés.

12 «Placeres ocultos».

13 «Sabiduría del corazón».

14 «Psicodinámica subyacente».

15 «Parada o interrupción del pensamiento».

Debate

Moderador: Dr. Ruthard Frankenberg

K. Limburg: Me parece interesante saber cómo puede usted determinar y definir la medida de la plenitud de sentido en una persona.

Frankl: No pretendo hacerlo, ya lo han hecho otros. Me refiero a Crumbaugh, Maholick, Lukas, etc. Ya mencioné anteriormente los tests pil (Purpose-in-Life) y el Logo-Test. Han sido validados y verificados según parámetros de la psicología, aunque no en el marco de mi propio trabajo. Tengo conocimiento de que hay unos ochenta proyectos de investigación que se ocupan de esta cuestión, fundamentalmente en Estados Unidos y Japón.

K. Heidrich: Hay seres humanos que encuentran el sentido de su vida en ideologías inhumanas —esto ha sucedido en el pasado, durante el nacionalsocialismo, y continúa sucediendo en los sistemas totalitarios actuales—. ¿Qué podemos hacer en estos casos? Al fin y al cabo, estas tendencias acaban pervirtiéndose y desembocando en un abuso de poder destructivo.

Prof. Dr. J. Cervós-Navarro: Incluso si existe un denominador trascendental puede haber diferencias, y hasta contradicciones, en la

construcción del sentido. ¿Puede ello resultar en la confrontación de un ser humano consigo mismo?

FRANKL: Respecto a la posible degeneración de ideologías en actos violentos, quisiera citar al psicoanalista estadounidense Lifton. En su libro *History and Human Survival* escribió: «Men are most apt to kill or wish to kill when they feel overcome by meaninglessness». Los hombres tienen una mayor disposición a matar o a querer matar, si están abrumados por la experiencia de falta de sentido. No fueron tan solo las maquinaciones de los ministerios en algún lugar de Berlín las que llevaron a las cámaras de gas de Majdaneck, Auschwitz o Treblinka; las preparaciones empezaron en los despachos y las salas de conferencias de científicos y filósofos nihilistas, entre los que se encuentran premios nobeles anglosajones. Así pues, si la vida humana no es verdaderamente nada más que un producto casual de moléculas de proteínas, entonces no me importa que un cerebro estropeado como el de un psicótico sea gaseado como una vida sin valor, ni que un par de naciones inferiores acaben también en las cámaras de gas. Se trata de una conclusión consecuente: la eutanasia es tan solo una conclusión consecuente cuando ya se ha dado el paso hacia el nihilismo y el cinismo.

Por lo que respecta a las ideologías, deben entender mi posición en cuanto médico. Estoy obligado, por el juramento hipocrático, a una cierta neutralidad. El médico no decide si algo es, o todavía es, o ya no es ideológico. Debo mantener una actitud pluralista. Recuerdo las palabras de Paul Valéry: «Si nous jugeons et accusons le fond n'est pas atteint». Mientras juzguemos y acusemos, no habremos llegado al fondo.

Debo volver a lo que ya he mencionado en la presentación: para nosotros, psicólogos o médicos, la conciencia ética siempre es la que debe evaluar en última instancia. Es posible que se equivoque, que nos mantenga en la incertidumbre. A pesar de dicha incertidumbre, debemos atrevernos a ser fieles a nuestra conciencia, siempre y cuando realmente la hayamos escuchado. Y debemos aceptar que ni siquiera en el lecho de muerte podremos estar seguros de que aquello a lo que nos hemos consagrado, a lo que hemos dedicado nuestra vida, sea realmente lo correcto, ni de si hemos sido víctimas de una ilusión del sentido (y no de los sentidos) surgida de nuestro órgano del sentido, que no de los sentidos, llamado conciencia.

H. St. Puhl: ¿Ve usted una relación entre la creencia ingenua de que todo es posible y la incapacidad para encontrar el sentido de la vida?

Frankl: Esta es una pregunta excelente. Yo veo, en efecto, una estrecha relación. Tal vez recuerde usted mis palabras: «el sentido no puede darse, debe descubrirse y encontrarse». No podría expresarlo más claramente: el sentido no puede ser fabricado ni prefabricado. La categoría de lo que no es posible es muy pertinente en este contexto. Solo quisiera añadir que no podemos producir sentido, solo podemos descubrirlo. Pero lo que sí podemos producir es el sinsentido, el absurdo. Aquí veo el origen del teatro del absurdo. En una época en la que el sentido, que no es producible, tampoco puede ser ya descubierto, la gente trata, al menos, de presentar el sinsentido, el absurdo, como lo único realizable. Y lo digo en serio, no como un mero comentario ingenioso. Creo que el origen del teatro del absurdo es que, al menos, nos arrojemos hacia el sinsentido. Puesto que este sí es factible, producible. Se produce *ad nauseam*.

Dr. D. Rhonheimer: Habla usted de sentido. ¿Es posible que el psiquiatra le adjudique, a partir de su experiencia terapéutica, un valor concreto? ¿Acaso no hay también diversos niveles de sentido, una suerte de jerarquía de valores de los sentidos?

Frankl: He hablado con anterioridad de una jerarquía: la jerarquía del análisis factorial basada en los ejes. Pero aquí se trata del concepto único de sentido, siempre asociado a una persona y a una situación, relativo y, sin embargo, objetivo. Como algo totalmente concreto, está definido en el *hic et nunc* y puede ser captado por la conciencia ética. En realidad, no pueden colisionar dos sentidos. El sentido no es dimensional, es puntual. En cambio, los valores, que son en realidad universales de sentido, que se establecen a través de la sociedad y a lo largo de la historia, por así decirlo, sentidos copiados unos sobre otros por estar extendidos, los valores sí pueden colisionar unos con otros. Pueden superponerse. Por ejemplo, es válido el «¡no robarás!». Esto es válido en mil millones de situaciones. Pero también puede suceder, en una situación determinada —este tipo de situaciones se da, por ejemplo,

en los campos de concentración—, que el comportamiento más moral sea robar o, como se lo llamaba entonces, «organizar». Está contradiciendo los otros valores, el otro precepto. Pero aquí entra la jerarquía. Puesto que no creo que los valores se superpongan verdaderamente. Creo, más bien, que los valores que parecen superponerse, cual círculos, en realidad no son círculos bidimensionales, sino esferas tridimensionales.

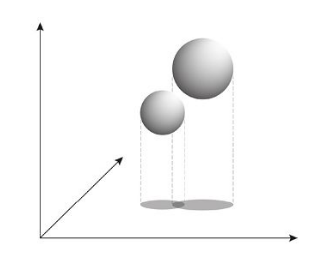


Figura 2: Proyección (= se excluye una dimensión, lo que conduce a una superposición aparente).

En cambio, si los proyecto desde un sistema de coordenadas tridimensional hacia una superficie bidimensional, parece que se están solapando. ¿Y por qué? Porque aquí se excluye la tercera dimensión (puesto que una proyección consiste en eso, en excluir una dimensión), que es la dimensión en la que no se produce ningún solapamiento. Si lo obviamos, entonces parece que hay una colisión de nuestras obligaciones.

H. GAENSSLEN: De los datos estadísticos recogidos entre personas con ideación suicida, que aparentemente provienen de un entorno no problemático, ¿podemos deducir que el ser humano necesita ciertas dosis de sufrimiento, dolor, apatía, frustración, etc., y que, si no las recibe del exterior, se las genera él mismo internamente?

FRANKL: No es necesario sufrir para encontrar el sentido. Solo el sufrimiento que nos impone el destino nos abre posibilidades de sentido. El sufrimiento innecesario no sería heroico, sino masoquista. Por otra parte, el ser humano no puede existir verdaderamente sin tensión

alguna. Pero no es necesario que sufra. Solo si tiene que sufrir puede configurar con sentido su sufrimiento. Pero el ser humano necesita tensión. Por supuesto que no una tensión excesiva ni máxima, sino una tensión dosificada. Si, como sucede por ejemplo en la *affluent society*, la sociedad del bienestar y de la opulencia, se le suprime al joven la tensión, la tratará de crear él mismo, de forma más o menos saludable. La forma más saludable de hacerlo es el deporte. En la sociedad del bienestar, donde todo le es regalado, donde no tiene que correr ni que andar, donde va en ascensor o en coche, se exige algo a sí mismo, se pide algo, aporta algo, y aporta también en forma de renuncia.

En el congreso olímpico que se celebró en Múnich hace dos años señalé que el deporte es la ascesis moderna y secular de esta sociedad secularizada. Esto sucede únicamente si uno compite consigo mismo, y no con los demás. La actitud correcta no la muestran las palabras de Cassius Clay, «I am the greatest»,[1] sino la frase de Nestroy en su *Judith y Holofernes:* «Tengo curiosidad por saber quién es más fuerte, si yo o yo». Es decir, competir consigo mismo, para poner a prueba el límite de las posibilidades humanas. Y con cada paso que se da hacia ese límite, se lo vuelve a empujar. No por casualidad se define el grado de máxima dificultad en la escalada, el sexto grado, como «justo al límite de las posibilidades humanas». Soy escalador, pero aún no he llegado al sexto grado. Esto es lo que se logra con el deporte, exigirse a sí mismo, pasar hambre todo un día, practicar el ascetismo. Si no, el deporte no es posible. Y, en este sentido, es necesaria la tensión. Y si no se la encuentra, se la genera.

DR. C. WELLS: La comunidad médica acepta conceptos mecanicistas, como el de psicología profunda, debido a su inseguridad respecto a esta terminología. ¿No es una fatalidad que, al sentirse culpable debido a su desconocimiento del proceso analítico, la comunidad médica haya aceptado el concepto de «psicoterapia basada en la psicología profunda», aunque la base de dicha profundidad sea muy discutible? En uno de sus libros se pregunta usted si no deberían evaluarse también las «alturas» en la psicología. Pero, al parecer, las alturas no están fundadas y la profundidad puede resultar pantanosa. Me parece bien que no trate de despojar al ser humano de su ingenuidad, quitándole así su naturalidad.

FRANKL: Me gustaría dar un paso más allá y formularlo así: en contra de la opinión generalizada, lo contrario de la psicología profunda no es la psicología superficial, sino la psicología elevada, de las alturas. Es una mistificación creer que todo lo que no sea la llamada psicología profunda es automáticamente superficial. En este sentido, debemos reconducir a nuestros pacientes hacia una «segunda naturalidad», de la que hablaba Hattingberg el viejo, por ejemplo, a través de la derreflexión. En logoterapia hay, además de la intención paradójica —que es conocida y practicada actualmente por los psicoanalistas y terapeutas conductuales, si bien la interpretan a su manera, psicoanalítica y conductual—, una segunda técnica, la de la derreflexión, no para las neurosis noógenas, de pérdida de sentido, sino para las neurosis psicógenas. Podemos diferenciar tres etapas en la historia de la psicoterapia. La primera es la ya mencionada lección que hemos aprendido de Freud, según la cual debemos desenmascarar las motivaciones neuróticas: el desenmascaramiento del neurótico. La segunda etapa es la de la terapia conductual, cuyo logro quisiera describir como desmitificación de la neurosis. Se ha comprobado que no es cierto que toda neurosis se deba a traumas prematuros de la infancia o a complejos y conflictos inconscientes. Y se ha comprobado que se puede lograr una curación duradera utilizando métodos que no se basan en ello, y que se trata de un alto porcentaje de casos. Los psicoanalistas estadounidenses verdaderamente progresistas lo saben hace tiempo y reconocen que el psicoanálisis clásico solo está realmente indicado en un porcentaje relativamente reducido de casos de neurosis. Por eso hace tiempo que allí está desapareciendo esta sobrevaloración.

Harold Kelman afirmó en un congreso de psicoanálisis que, según una estadística de 1945, prácticamente todos los jóvenes psiquiatras querían ser psicoanalistas. En 1960 era uno de cada siete y en 1969 solo uno de cada veinte.

Esto son *hard facts*, hechos concretos, que los psicoanalistas no solo reconocen, sino que incluso los presentan.

Tras el desenmascaramiento del neurótico y tras la desmitificación de la neurosis, nos encontramos actualmente en la tercera etapa: la rehumanización de la psicoterapia.

PROF. DR. A. ZIMMERMANN: Los profesores de universidad presenciamos el fenómeno de que los estudiantes ven el sentido de su vida precisamente en el hecho de soportar su sinsentido. ¿Se trata de un autoengaño o de

la mera repetición de supuestos conocimientos leídos en algún libro? ¿Cómo podemos ayudarlos?

FRANKL: El filósofo profesional sabe que el nihilismo heroico introducido por Sartre considera que nuestra tarea es asumir la absurdidad de la existencia, la falta de sentido de la existencia. Cabe evocar aquí a Camus. Personalmente creo que lo único que debemos asumir es la inconmensurabilidad intelectual y racional del sentido último, de lo que he dado en llamar suprasentido. Esto es algo que debemos asumir, nuestra finitud, la condición humana. Ello no significa de ningún modo que no haya un suprasentido, un sentido último.

Debatí sobre este tema con Konrad Lorenz. Mucha gente afirma que la evolución no es más que casualidad, que es consecuencia de las mutaciones, de acontecimientos casuales inconexos; no hay aquí ninguna teleología y debemos preguntarnos si este plano biológico es el único en el que puedo ver la realidad. ¿No es posible acaso que, junto a este plano biológico existente, haya otro, perpendicular a aquel?

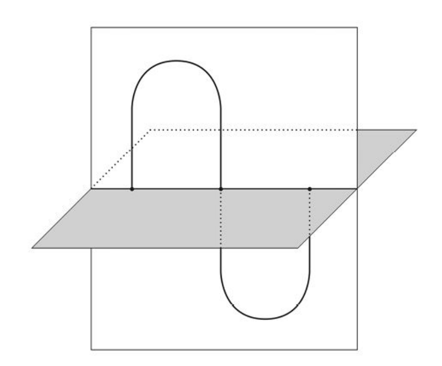


Figura 3: Visión multidimensional (dos planos de observación: las realidades de un plano aparecen en el otro como puntos de intersección).

Y podría ser que en este otro plano, en este otro sistema de coordenadas, hubiera otro sentido, un sentido más profundo o más elevado según el caso, que solo apareciera puntualmente en los puntos de intersección. Bajo este punto de vista, podría haber una teleología tras las mutaciones. Me gustaría llamarlo teleología negativa, en contraposición

a la teología negativa, según la cual no puede decirse lo que Dios es, sino tan solo lo que Dios no puede ser en ningún caso. No esperamos que Konrad Lorenz se adentre en este ámbito ni exigimos a los científicos que lo hagan, que trasciendan a este otro nivel y digan: «Sí, ciertamente hay un sentido». Pero sí les pedimos que no insistan en que hay solo una perspectiva, solo esta proyección. Les exigimos que se mantengan abiertos a la posibilidad de que en otro nivel de proyección pueda haber algo así.

En su momento le dije a Lorenz: «Sabe, si llegara usted tan lejos como para reconocer que en principio es posible ver una teleología en otro plano que el biológico, entonces se merecería un segundo premio Nobel: el premio Nobel a la sabiduría. Puesto que la sabiduría es la suma de la ciencia y el conocimiento de los propios límites».

Por lo que se refiere a los estudiantes, en mis conferencias en Estados Unidos hablo de *first aid in existential frustration*, primeros auxilios para la frustración existencial. Deberíamos decirles a estos jóvenes frustrados: «Usted tiene el valor de no limitarse a aceptar una propuesta, sino de querer ganársela, de querer trabajársela, de querer encontrarla usted mismo. Pero este valor para cuestionar no puede conducirle a la desesperación, es decir, este valor debe ir a la par de la paciencia, aunque tenga que esperar toda una vida hasta que surja el sentido, en lugar de dejarse llevar por la emoción de la crisis de sentido y tirar su vida por la borda». A menudo les digo: «Si le sobreviene ese sentimiento desesperado, entonces piense simplemente: "Ajá, esto es la *absurdité* que describe Jean-Paul Sartre en la página 598, arriba, a la derecha, ya la conocemos"». Esta objetivación es un autodistanciamiento psicoterapéutico. Junto con la autotrascendencia del ser humano —sin la cual no podríamos entender las neurosis noógenas—, el autodistanciamiento es el segundo fenómeno antropológico fundamental para la logoterapia, que lo emplea en la técnica de la intención paradójica; si no, tampoco podríamos tratar las neurosis psicógenas.

DR. G. DATENÉ: Se dice que Freud señaló una vez: «El propósito de la felicidad humana no está comprendido en el plan de la creación». ¿Cómo pudo llegar a esta conclusión?

FRANKL: Si lo recuerdo bien, fue Kant el que dijo que el ser humano

quiere ser feliz. Pero lo que en realidad debería desear es querer ser feliz. No creo que el ser humano quiera la felicidad inminente; no puede ser así por la simple razón de que, debido a su autotrascendencia, aspira al sentido, a la entrega, etc. Si alcanza el sentido, aparecen como efecto secundario el placer o la felicidad. Pero si este propósito de sentido se frustra, entonces trata de alcanzar directamente el placer. Esta es una distorsión neurótica de la voluntad de sentido hacia la voluntad de placer. En este principio del placer está su fracaso. Puesto que si se concentra en el placer, que debería ser el efecto, pierde de vista cualquier motivo para sentir placer, cualquier motivo para ser feliz o para llegar a ser feliz.

Así sucede también que pacientes que no se entregan a su pareja, que no se entregan tranquila y amorosamente, sino que están pendientes de si tienen o no un orgasmo o una erección, bloquean la posibilidad del orgasmo o de la erección. Es por ello que la derreflexión es necesaria en los casos de neurosis sexual.

Esto es muy *down to earth*,[2] no es ningún sermón. El ser humano no aspira al placer ni a la felicidad, sino a olvidarse de sí mismo, a entregarse, a dejarse atrás, a perderse de vista. De lo contrario, el hombre no puede tener una erección ni la mujer un orgasmo. Se trata de hechos reales que experimentamos a diario en las consultas y en las clínicas.

Ahora deberían preguntarme dónde queda, al margen de la voluntad de placer de Freud, la motivación inicial de Adler, la voluntad de sentido. Sí, el poder es el medio para un fin. La voluntad de poder se vuelve autónoma cuando se frustra la voluntad de sentido. Sin las condiciones indispensables no puedo realizar el sentido de mi vida. Necesito dinero para poder vivir, estudiar, comprar libros. Tengo que relacionarme, etc. Y si el ser humano no ve ningún sentido, ningún fin, entonces se concentra en los medios para el fin, en el dinero, la riqueza, el bienestar material, las relaciones, el poder; o bien se limita al efecto, al placer, como ya hemos visto.

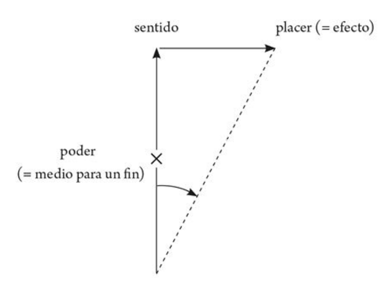


Figura 4: a. Distorsión neurótica (ángulo) de la voluntad de sentido hacia la voluntad de placer; b. Reducción de la voluntad de sentido a la voluntad de poder.

De ambos resultan, desde el punto de vista empírico-clínico, modalidades nuevas de neurosis sexual: la impotencia de Oxford, la nueva impotencia, etc., que surgen del hecho de que los estudiantes del *college* se exigen mutuamente el coito, no debido al principio de rendimiento, sino porque hoy en día, en la época de la píldora, de los *liberation movements*, las parejas de estos estudiantes les exigen relaciones sexuales. Y ello significa un incremento significativo de la impotencia, incluso a nivel mundial.

DR. E. KÖRMENDY: ¿Qué opina del vínculo filosófico entre la relación de inmanencia y la de trascendencia en el ser humano?

Frankl: Esta cuestión la debatí en una ocasión en un *faculty lunch*[3] de la Facultad de Teología de Harvard, donde estaba también Paul Tillich. Y entonces mencioné el concepto de la ontología dimensional. Me refería a que, como médico, debo moverme en el nivel antropológico y no puedo adentrarme en el nivel teológico. Ya hay en Europa —y aquí, por cierto, también— tantos teólogos que se introducen con diletantismo en los ámbitos de la psiquiatría y la psicología, que no quiero ser otro psiquiatra más que hace el diletante en el ámbito de la teología. Siguiendo el juramento hipocrático, debo ocuparme de que la logoterapia sea aplicable a cualquier paciente, también al no religioso. Esta debe servir igualmente a cualquier médico, también al ateo. Espero que comprendan esta circunstancia médica.

Pero Tillich quería saber qué significa una «dimensión superior o más elevada». ¿Es una dimensión más allá de la dimensión mundana? No. La dimensión superior es, desde mi punto de vista y *per definitionem*, más extensa. La dimensión espacial incluye el plano y la superficie. Del mismo modo, la dimensión antropológica está incluida en una dimensión superior que abarca esta dimensión inferior. Desde el punto de vista de la dimensión ontológica, por tanto, no puede haber en principio una contradicción entre antropología y teología, puesto que la teología es la dimensión más amplia. Entre las dimensiones superiores, más globales, y las dimensiones inferiores, más parciales, no puede haber una relación de exclusión. Por el contrario, se da entre ellas una relación de inclusión. Es decir, la humanidad del ser humano no puede contradecir de ningún modo su carácter animal, sino que lo supera y lo configura, como podemos leer en la obra de Nicolai Hartmann, aunque este no utilice la terminología dimensional. De este modo, lo religioso tan solo puede superar, configurar, rescatar y sacralizar lo secular al incorporarlo, pero sin entrar en contradicción con ello.

PROF. DR. W. AMELING: ¿Se ha renunciado hasta ahora conscientemente a una orientación hacia Dios? ¿Opina usted que es suficiente para el ser humano encontrar algún sentido en su vida?

DR. D. RHONHEIMER: Si el sentido de la vida solo se puede experimentar en definitiva desde la trascendencia y esta trascendencia debe, por tanto, ser una realidad, ¿no debe estar el punto fijo, el punto de referencia de estas posibilidades en el ámbito no humano, que es el único que puede proporcionar puntos de partida duraderos y seguros? ¿Hay una logoterapia que pueda o que incluso deba incorporar el contenido, ya que no el nombre, de la posibilidad y la realidad de «Dios»?

FRANKL: A ambas preguntas tan solo puedo responder volviendo a lo que dije en torno a la figura de Tillich y complementándolo. En primer lugar, «algún sentido» no es suficiente. Hay solo una respuesta para una pregunta, hay, en sentido estricto, solo una solución para un problema, y para una persona determinada hay en cada situación un único sentido,

el sentido de esa situación. No se trata de algún sentido que doy de forma más o menos arbitraria, sino de un sentido que encuentro responsablemente, que extraigo y escucho a partir del mandato de la situación.

Por lo que respecta a la otra cuestión, sobre si se renuncia a una orientación hacia Dios…, reiteraré lo que ya he señalado: como médico, en el contexto médico —a no ser que haya una unión personal, como en el caso de Paul Tournier—, debo guardar silencio. Debo procurar que la puerta de la inmanencia hacia la trascendencia permanezca abierta, en lugar de sitiarla o bloquearla, como ha sucedido durante largos periodos. Cuando una escuela psicoterapéutica determinada, por ejemplo, declara en palabras de su fundador que la religión no es más que la neurosis obsesiva colectiva de la humanidad, que Dios no es más que la proyección de la figura del padre y que la conciencia ética no es más que la introyección de la figura del padre, entonces se está bloqueando esta salida de la inmanencia hacia la trascendencia. Pero por mucho que, a diferencia de escuelas anteriores, deje la puerta abierta, quien debe escoger esta salida, quien debe pasar la puerta es el paciente mismo, desde la espontaneidad, que es indispensable en la vida religiosa auténtica. Es decir: la religión no es aquello hacia lo que me empuja el ello —pienso aquí en los arquetipos, etc.—, ni algo hacia donde deba permitir que el médico me presione. Esta es la situación, la puerta debe quedar abierta. El paciente debe ser quien la atraviese. Pero ya es mucho que hoy en día los psicoanalistas —o, cuando menos, la mayoría de los psicoanalistas— no bloqueen esta puerta adoctrinando en un sentido psicologicista, reduccionista.

P. Prabudiningrad: ¡El sentimiento de falta de sentido como causa de un suicidio! ¿Debe el ser humano que ha sucumbido al sentimiento de falta de sentido perder al mismo tiempo toda esperanza? ¿Podemos equiparar el sentimiento de desesperanza y el de sinsentido? ¿Puede quien cree en Dios sufrir de repente sentimientos de desesperanza y de sinsentido? ¿Hay una relación entre la fe y el sentimiento de falta de sentido?

Frankl: Quisiera decir al respecto, brevemente, que, en primer lugar, hay en efecto una relación muy estrecha, una vez más hay un solapamiento entre el sentimiento de desesperanza y el de sinsentido.

Fue Plügge, un conocido psiquiatra de su país, quien demostró hace ya veinte años, a partir del análisis de 49 intentos de suicidio, que ni la enfermedad, ni la necesidad o adversidad de ningún tipo, etc., ni los conflictos eran realmente determinantes, sino la desesperanza. Y, en este contexto, define la desesperanza como la experiencia de la falta de sentido. Por lo que respecta a su pregunta sobre si puede alguien que cree en Dios, de repente, etc., no puede usted olvidar ni pasar por alto algo que no he querido exponer aquí, pero que tengo presente constantemente, y es que una depresión o las dudas sobre el sentido no tienen que ser necesariamente noógenas. Pueden ser psicógenas o, como en el caso de las depresiones endógenas, pueden ser ante todo somatógenas. En efecto, a un hombre con una depresión endógena no le puede usted tratar diciéndole: «¡Es su responsabilidad!». Es lo que le faltaba. Si lo hace, al día siguiente se encontrará usted ante un intento de suicidio, puesto que el paciente sufre un sentimiento de culpa patológica. Debe tratar a estas personas, ante todo y en primer lugar, con medicación, en casos extremos actualmente incluso con *electroshocks*. Como ven, hay toda una serie de posibilidades y exigencias bien diferenciadas en cuanto a indicaciones.

Recuerdo a un cura católico que, atrapado en una depresión endógena, me dijo que no me podía garantizar que no se suicidara, tal era su tormento. Después de tres días —en los que mi asistente le dio dos *electroshocks*— había acabado su tormento. En estos casos tan extremos sigue siendo inhumano hoy en día privarle a un paciente de los beneficios de los *electroshocks*. Uno puede tomar el camino fácil y decir: obviamente, esto es una imposición de la sociedad, de la estructura política. Pero no: debemos pensar multidimensionalmente no solo en el diagnóstico, sino también en la terapia. Por lo que se refiere a la fe y al sentimiento de sinsentido, ya lo ha definido alguien: ser religioso sería creer en un sentido último de la vida. Lo dijo Albert Einstein. Debo agradecer a la Sra. Raskob, a quien tuve el honor de conocer aquí ayer, que me indicara que podemos encontrar una expresión semejante en Gollwitzer y que este, a su vez, remite a Dostoievski, Wittgenstein y Günther, quienes dicen algo parecido. Personalmente, he dicho en libros que he redactado directamente en inglés y que aún no han sido traducidos, o al menos no al alemán, he dicho simplemente que la religión y la fe pueden definirse no como el *will to meaning,* sino como el *will to ultimate meaning,* o sea no como la mera voluntad de sentido, sino como la voluntad de sentido último, de un suprasentido, que como tal escapa al alcance de las meras

capacidades racionales o intelectuales humanas, o sea, limitadas.

Para cerrar el círculo, esto es precisamente, pero también únicamente, lo que debemos asumir: la imposibilidad de racionalizar (lo que no implica empero excluir ni contradecir la racionalidad), la imposibilidad de racionalizar e intelectualizar totalmente el ámbito propio del suprasentido, como sea que lo quieran llamar; y cuando digo *lo* quieran llamar, no me refiero a algo objetivo, sino personal.

1 «Soy el más grande».
2 Literalmente, «con los pies en la tierra», «prosaico, práctico».
3 «Almuerzo del profesorado».

Otras obras de Viktor Frankl

Es posible acceder a una lista de todas las obras escritas por Viktor Frankl, así como a una amplia bibliografía en línea sobre logoterapia, en el sitio web del Instituto Viktor Frankl, www.viktorfrankl.org.

Obras en español

… *A pesar de todo, decir sí a la vida*, Barcelona, Plataforma, 2016.
Ante el vacío existencial. Hacia una humanización de la psicoterapia, Barcelona, Herder, 2010 (1.ª ed. 1980).
Búsqueda de Dios y sentido de la vida. Diálogo entre un teólogo y un psicólogo, con Pinchas Lapide, Barcelona, Herder, $_{4}$2018.
El hombre doliente. Fundamentos antropológicos de la psicoterapia, Barcelona, Herder, $_{7}$2009 (1.ª ed. 1987).
El hombre en busca de sentido, Barcelona, Herder, $_{3}$2016.
El hombre en busca del sentido último, Barcelona, Paidós, 2017 (1.ª ed. 1999).
En el principio era el sentido, con Franz Kreuzer, Barcelona, Paidós, 2014.
Escritos de juventud 1923-1942, Barcelona, Herder, 2007.
Fundamentos y aplicaciones de la logoterapia, Barcelona, Herder, 2012.
La idea psicológica del hombre, Madrid, Rialp, 2003 (1.ª ed. 1965).
La presencia ignorada de Dios. Psicoterapia y religión, Barcelona, Herder, $_{2}$2012 (1.ª ed. 1977).
La psicoterapia al alcance de todos, Barcelona, Herder, $_{9}$2010 (1.ª ed. 2003).

La psicoterapia en la práctica clínica, Barcelona, Herder, 2014.
La voluntad de sentido. Conferencias escogidas sobre logoterapia, Barcelona, Herder, $_{5}$2012.
Lo que no está escrito en mis libros. Memorias, Barcelona, Herder, 2016.
Logoterapia y análisis existencial. Textos de cinco décadas, Barcelona, Herder, $_{2}$2011 (1.ª ed. 1990).
Psicoanálisis y existencialismo, México-Buenos Aires, Fondo de Cultura Económica, 2010 (1.ª ed. 1950).
Psicoterapia y existencialismo. Escritos selectos sobre logoterapia, Barcelona, Herder, $_{2}$2014 (1.ª ed. 2001).
Psicoterapia y humanismo. ¿Tiene un sentido la vida?, México-Madrid-Buenos Aires, Fondo de Cultura Económica, $_{9}$2014 (1.ª ed. 1978).
Sincronización en Birkenwald. Una conferencia metafísica, Barcelona, Herder, 2013.
Teoría y terapia de las neurosis. Iniciación a la logoterapia y al análisis existencial, Barcelona, Herder, 2008 (1.ª ed. 1992).

Información adicional

El presente libro es la fiel transcripción de una conferencia que dio Viktor Frankl en 1974 en el Instituto Lindenthal de Colonia. En ella, Frankl expone los conceptos humanísticos básicos del método psicoterapéutico que él creó, la logoterapia. Para Frankl, es primordial reconocer y reflexionar sobre el sentimiento colectivo que está experimentando la humanidad: la falta de sentido ante la vida y el miedo que tenemos a hablar de ello. Es la patología de nuestro tiempo.

¿Neurotización de la humanidad o rehumazación de la psicoterapia? es una lección existencial sobre buscar un sentido a la vida. Frankl, aun habiendo vivido los hechos y acontecimientos de los campos de concentración de Auschwitz y Dachau, nos propone asumir la responsabilidad ante uno mismo, ante los demás y ante la vida, sin dejar de crear nunca en ella.

VIKTOR E. FRANKL (1905-1997) es uno de los referentes más destacados de la psicología del siglo XX. Doctorado en Medicina y Filosofía por la Universidad de Viena, fundó la logoterapia, también denominada «Tercera Escuela Vienesa de Psicoterapia».

En 1942, en pleno apogeo de los nazis, él y su familia fueron hechos prisioneros e internados en los campos de concentración. Fue precisamente esta experiencia la que lo llevaría a confirmar vivencialmente su teoría psicológica (desarrollada en las décadas anteriores) basada en el sentido de la vida y con raíces existencialistas. Tras sobrevivir al Holocausto, fue profesor de Neurología y Psiquiatría en la Universidad de Viena y obtuvo la cátedra de Logoterapia en la

Universidad Internacional de San Diego, California. Impartió conferencias en universidades de todo el mundo y 29 de ellas le otorgaron el título de doctor *honoris causa.* Galardonado con numerosos premios, entre ellos el Oskar Pfister Award de la American Psychiatric Association, fue miembro de honor de la Academia Austriaca de las Ciencias.

OTROS TÍTULOS

Viktor E. Frankl

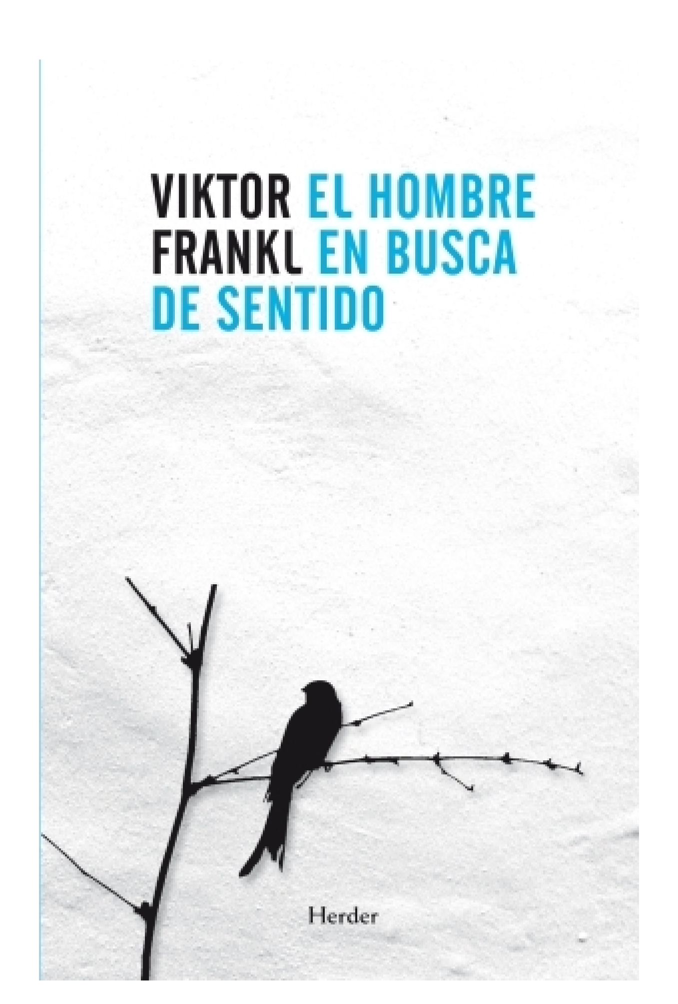
El hombre en busca de sentido
Ante el vacío existencial
El hombre doliente
Escritos de juventud 1923-1942
Fundamentos y aplicaciones de la logoterapia
La presencia ignorada de Dios
La psicoterapia al alcance de todos
La voluntad de sentido
Logoterapia y análisis existencial
Psicoterapia y existencialismo
La psicoterapia en la práctica clínica
Teoría y terapia de las neurosis

Viktor E. Frankl y P. Lapide

Búsqueda de Dios y sentido de la vida

José Benigno Freire

Acerca del hombre en Viktor Frankl


VIKTOR FRANKL
EL HOMBRE EN BUSCA DE SENTIDO
Herder

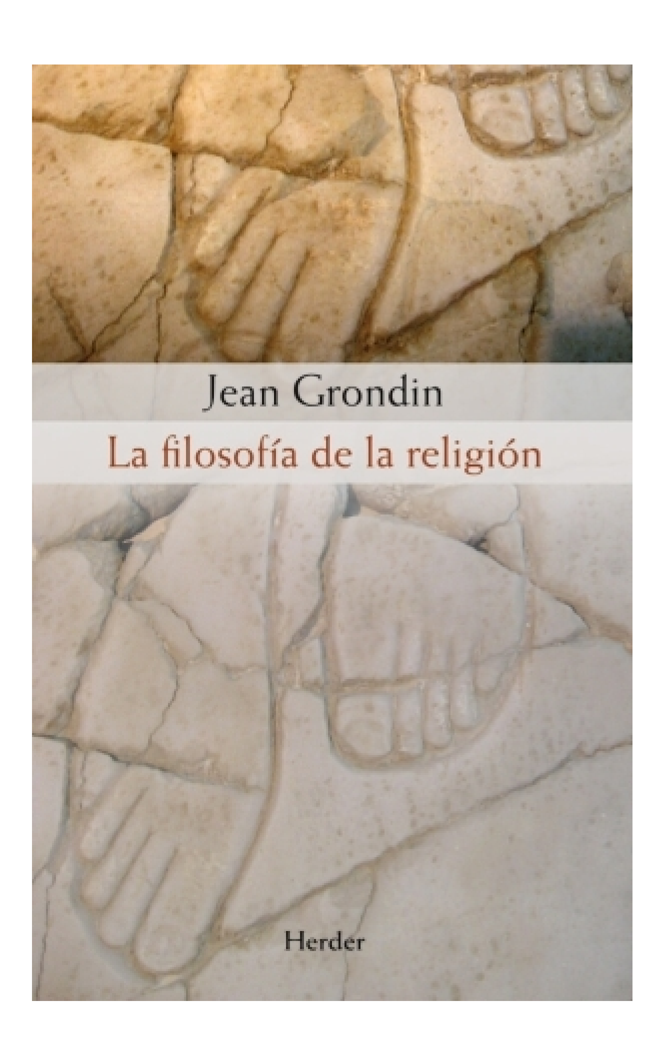
El hombre en busca de sentido

Frankl, Viktor
9788425432033
168 Páginas

Cómpralo y empieza a leer

Nueva traducción"El hombre en busca de sentido" es el estremecedor relato en el que Viktor Frankl nos narra su experiencia en los campos de concentración.Durante todos esos años de sufrimiento, sintió en su propio ser lo que significaba una existencia desnuda, absolutamente desprovista de todo, salvo de la existencia misma. Él, que todo lo había perdido, que padeció hambre, frío y brutalidades, que tantas veces estuvo a punto de ser ejecutado, pudo reconocer que, pese a todo, la vida es digna de ser vivida y que la libertad interior y la dignidad humana son indestructibles. En su condición de psiquiatra y prisionero, Frankl reflexiona con palabras de sorprendente esperanza sobre la capacidad humana de trascender las dificultades y descubrir una verdad profunda que nos orienta y da sentido a nuestras vidas.La logoterapia, método psicoterapéutico creado por el propio Frankl, se centra precisamente en el sentido de la existencia y en la búsqueda de ese sentido por parte del hombre, que asume la responsabilidad ante sí mismo, ante los demás y ante la vida. ¿Qué espera la vida de nosotros?El hombre en busca de sentido es mucho más que el testimonio de un psiquiatra sobre los hechos y los acontecimientos vividos en un campo de concentración, es una lección existencial. Traducido a medio centenar de idiomas, se han vendido millones de ejemplares en todo el mundo. Según la Library of Congress de Washington, es uno de los diez libros de mayor influencia en

Estados Unidos.


Jean Grondin
La filosofía de la religión
Herder

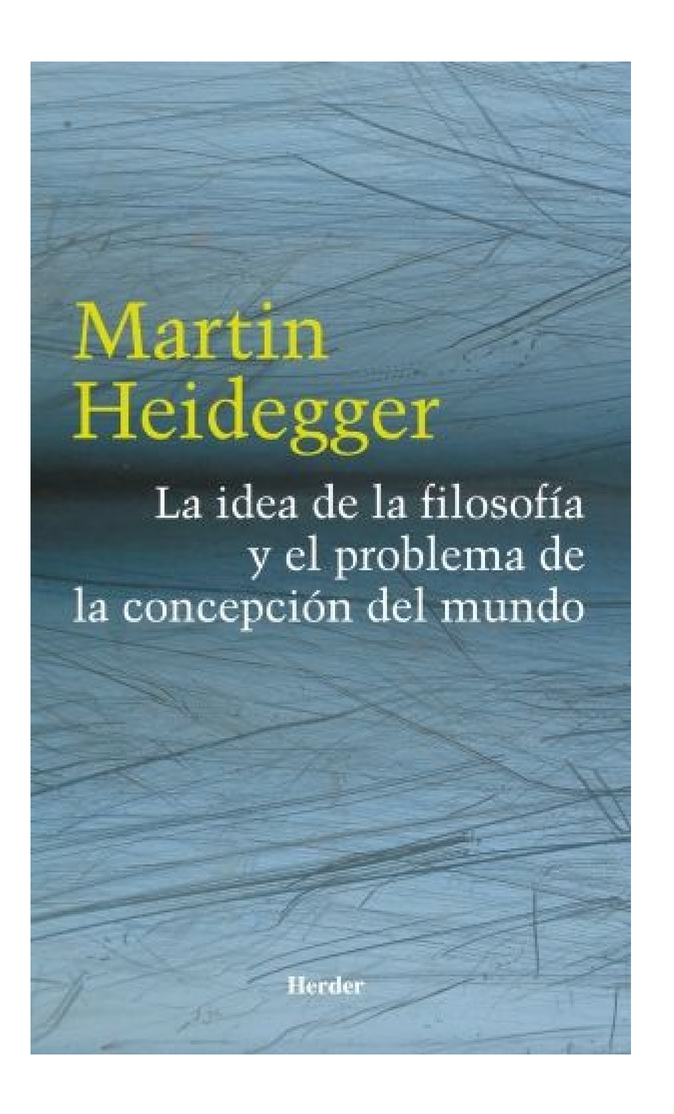
La filosofía de la religión

Grondin, Jean
9788425433511
168 Páginas

Cómpralo y empieza a leer

¿Para qué vivimos? La filosofía nace precisamente de este enigma y no ignora que la religión intenta darle respuesta. La tarea de la filosofía de la religión es meditar sobre el sentido de esta respuesta y el lugar que puede ocupar en la existencia humana, individual o colectiva. La filosofía de la religión se configura así como una reflexión sobre la esencia olvidada de la religión y de sus razones, y hasta de sus sinrazones. ¿A qué se debe, en efecto, esa fuerza de lo religioso que la actualidad, lejos de desmentir, confirma?

Cómpralo y empieza a leer


Martin
Heidegger
La idea de la filosofía
y el problema de
la concepción del mundo
Herder

La idea de la filosofía y el problema de la concepción del mundo

Heidegger, Martin

9788425429880

165 Páginas

¿Cuál es la tarea de la filosofía?, se pregunta el joven Heidegger cuando todavía retumba el eco de los morteros de la I Guerra Mundial. ¿Qué novedades aporta en su diálogo con filósofos de la talla de Dilthey, Rickert, Natorp o Husserl? En otras palabras, ¿qué actitud adopta frente a la hermeneútica, al psicologismo, al neokantismo o a la fenomenología? He ahí algunas de las cuestiones fundamentales que se plantean en estas primeras lecciones de Heidegger, mientras éste inicia su prometedora carrera académica en la Universidad de Friburgo (1919- 923) como asistente de Husserl.

Cómpralo y empieza a leer

JESPER JUUL



Decir no, por amor

Padres que hablan claro:
niños seguros de sí mismos

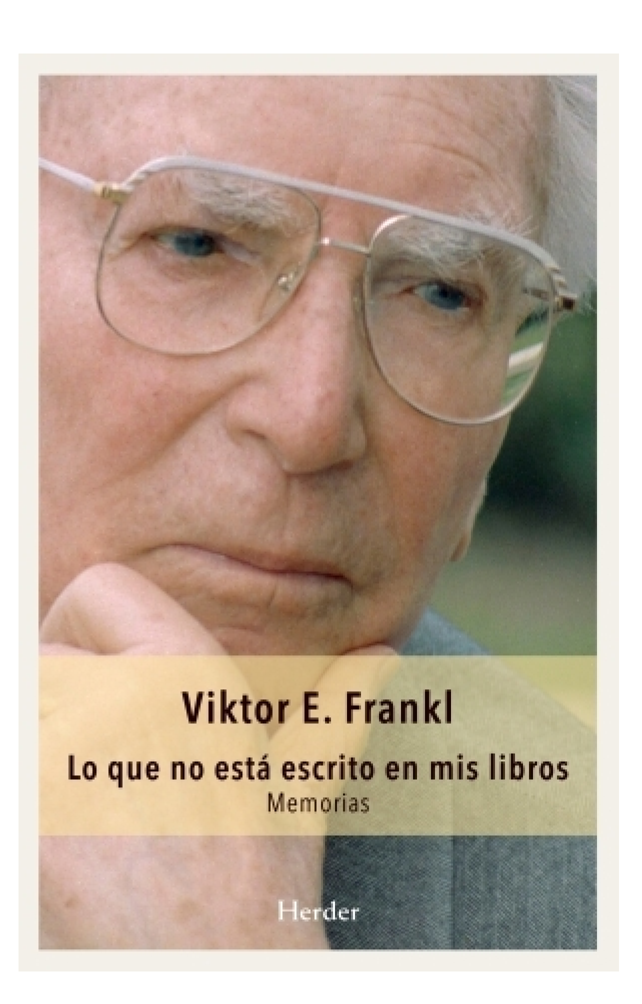
Herder

Decir no, por amor

Juul, Jesper
9788425428845
88 Páginas

El presente texto nace del profundo respeto hacia una generación de padres que trata de desarrollar su rol paterno de dentro hacia fuera, partiendo de sus propios pensamientos, sentimientos y valores, porque ya no hay ningún consenso cultural y objetivamente fundado al que recurrir; una generación que al mismo tiempo ha de crear una relación paritaria de pareja que tenga en cuenta tanto las necesidades de cada uno como las exigencias de la vida en común. Jesper Juul nos muestra que, en beneficio de todos, debemos definirnos y delimitarnos a nosotros mismos, y nos indica cómo hacerlo sin ofender o herir a los demás, ya que debemos aprender a hacer todo esto con tranquilidad, sabiendo que así ofrecemos a nuestros hijos modelos válidos de comportamiento. La obra no trata de la necesidad de imponer límites a los hijos, sino que se propone explicar cuán importante es poder decir no, porque debemos decirnos sí a nosotros mismos.

Cómpralo y empieza a leer


Viktor E. Frankl
Lo que no está escrito en mis libros
Memorias
Herder

Lo que no está escrito en mis libros

Frankl, Viktor
9788425437564
184 Páginas

En estas memorias y reflexiones, Viktor E. Frankl vuelve su mirada hacia aquellos episodios y encuentros personales que tuvieron mayor impacto en su vida y en su pensamiento: su infancia y juventud en Viena, su actividad como neurólogo en el período de entreguerras, el internamiento en los campos de concentración y su regreso a Viena después de esa dramática experiencia. Describe también su relación con Sigmund Freud y Alfred Adler, y su influencia sobre la logoterapia. Se trata de un libro muy personal que Frankl escribe a los noventa años y que abre una nueva perspectiva para comprender mejor su obra y su pensamiento. Este recorrido autobiográfico constituye además un testimonio único y emocionante de la historia contemporánea e intelectual europea.

Cómpralo y empieza a leer